

# Objets du quotidien: Des accessoires de sport insoupçonnés

Certains objets courants, si banals qu'on ne les voit plus, qu'on repousse même du pied avant de les ranger ou de les jeter, revivent souvent grâce à l'imagination des enfants. Ces petites choses peuvent même se transformer en accessoires de sport.



Lancer, attraper, dribbler, rouler... Tout cela ne pose pas de problème majeur avec une balle. Les possibilités sont innombrables. Mais avec un journal, que faire? Les idées ne sont pas servies sur un plateau; il faut donc faire preuve d'un peu d'imagination. Construire un avion et courir pour le rattraper, former une boule de papier et viser différentes cibles, glisser sur deux feuilles comme sur des patins à glace, etc. Créativité et spontanéité ne connaissent ici pas de frontières.

## Enseignement diversifié

En confrontant les enfants avec des objets habituellement absents des activités sportives, ils se retrouvent face à de nouvelles tâches motrices, ce qui représente une grande source de motivation, spécialement pour les plus petits. Grâce à la répétition et à la variation des séquences motrices, les enfants expérimentent le jeu sous différentes formes.

Les objets du quotidien lancent un véritable défi aux jeunes. Ils permettent d'optimiser les capacités motrices en ajoutant de nouvelles tâches de coordination et de condition physique. Ils favorisent ainsi la stabilisation et l'automatisation des formes de mouvement acquises au préalable. L'initiative individuelle ainsi que l'interaction avec les autres personnes et les objets contribuent au développement de l'enfant. Plus ces rencontres seront diversifiées et positives, plus riche sera le cheminement du petit sportif.

## Journaux, ronds à bière et capsules de bouteille

Le thème de ce mois met en lumière les journaux, les ronds à bière et les capsules de bouteille. Les exercices s'adressent aux petits de l'école enfantine et des premières années du degré primaire. Ils se modulent facilement selon les capacités des enfants.

Les capacités coordinatives et physiques, de même que les aspects cognitifs sont sollicités de manière ludique dans tous les exercices et dans les quatre propositions de leçons. En expérimentant les différentes tâches, les enfants renforcent leur confiance tout en améliorant leurs compétences sociales.

### Thème du mois

- [Objets du quotidien](#) (pdf)

## Article

- [Fantaisie et idées de matériel](#)

## Exercices

- [Journaux](#)
- [Ronds à bière](#)
- [Capsules de bouteille](#)

## Leçons

- [Cirque de papier](#) (journaux)
- [Au pays des pièces d'or](#) (ronds à bière)
- [Diamants multicolores](#) (capsules de bouteille)
- [Jeux de réaction](#) (divers objets courants)

---

Source: Franziska Wenk, étudiante à la HEP St-Gall



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**